

月	2.005年		2.006年		2007年		2008年		2009年		2010年	
	山名	山域	山名	山域	山名	山域	山名	山域	山名	山域	山名	山域
1月			金時山(1212m)	箱根	明神ヶ岳(1169m)	箱根	不老山(928m) 高水三山(793m) 九鬼山(970m) 筑波山(877m)	丹沢 奥多摩 大月 茨城	大野山(724m)	丹沢	葛城山(452m) 高取山(706m) 高松山(802m) 鐘撞堂山(330m) 百蔵山(1003m)	伊豆 丹沢 丹沢 秩父 大月付近
2月			浅間尾根(903m)	奥多摩	笹尾根(1188m) 四阿屋山(772m)	奥多摩 秩父	大山(1252m) 陣馬山(857m) 曾我丘陵(328m)	丹沢 高尾 小田原	破風山(627m) 太平山(341m) 宝登山(498m) 陣馬山(857m) スノーシュー	秩父 栃木 秩父 高尾 谷川岳	陣馬山(857m) 足利行道山(442m) 鋸山(330m)	高尾 足利 千葉
3月	日の出山(902m)	奥多摩	幕山(620m)	湯河原	三轟山(229)	栃木	上高地 浜石岳(707m) シダンゴ山(759m)	北ア 静岡 丹沢	臼杵山(842m)	奥多摩	神峰山(598m)	茨城
4月	守屋山(1651m) 高尾山(599m) 小金沢連嶺(2021m)	南ア 高尾 大菩薩	仏果山-経ヶ岳(747m) 岩根山(470m) 釈迦ヶ岳(1641m)	丹沢 秩父 富士五湖	弘法山(235m) 坪山(1102m)	丹沢 奥多摩	蓑山(587m)	秩父	甲州桃の花 蛭ヶ岳(1673m) 石尊山(486m) 鶴寝山(1369m)	山梨 丹沢 栃木 奥多摩	頭高山(303m)	丹沢
5月	鳴虫山(1103m) 蕨山(1044m)	日光 秩父	日向山(1660m) 御正体山(1681m)	南ア 道志	丹沢山(1567m)	丹沢	石裂山(879m)	栃木	切込湖刈込湖 上州三峰山(1123m) 両神山(1723m)	日光 群馬北部 秩父		
6月	笠取山(1953m)	奥秩父	霧降高原(1200m) 武甲山(1304m) 三窪高原(1650m)	日光 秩父 大菩薩	甘利山(1731m)	山梨	弘法山(235m) 入笠山(1955m)	丹沢 南ア	金峰山(2599m) 御座山(2112m) 北高尾山稜(731m) 秋田駒ヶ岳(1637m)	奥秩父 佐久 高尾 秋田県		
7月	田代山・尾瀬が原(1971m) 宮之浦岳(1936m)	尾瀬 屋久島	石老山(702m) 御岳-日の出山(929m)	相模湖 奥多摩	早池峰・岩手・栗駒(1914m)	東北	白根山(2171m) 景信山(728m) 奥穂高(3190m)	草津 高尾 北ア	白山(2702m) 北高尾(600m) 立山(3015m)	金沢 高尾 北ア	木曾駒ヶ岳(2956m)	中央ア
8月	北八池巡り(2480m) 谷川岳(1977m)	八ヶ岳 群馬	燕岳-常念岳(2857m)	北ア	今倉山(1470m) 高尾山(599m)	道志 高尾	恵那山(2191m)	中央ア	男体山(2486m) 赤岳(2899m) 富士山(3776m) 大塚山(920m)	日光 八ヶ岳 富士山 奥多摩	入笠山(1955m)	南ア
9月	黒川鶏冠山(1716m) 大山三峰山(935m)	大菩薩 丹沢	帯名山(1422m) 兜山(913m) 戦場ヶ原(1400m)	山梨 山梨 日光	弥三郎岳(1057m) 大菩薩嶺・峠(2057m)	山梨 大菩薩	日和田山(305m)	秩父	今倉山(1470m)	道志	高水三山(793m)	奥多摩
10月	霧ヶ峰(1925m) 蓼科山(2530m) 茶臼岳(1915m) 茅ヶ岳(1704m)	長野 八ヶ岳 那須 山梨	安達太良山(1718m)	福島	硫黄岳-天狗岳(2775m) 三本槍(1917m)	八ヶ岳 那須	奈良倉山(1349m)	奥多摩	城峰山(1036m) 大蔵高丸(1781m) 黒斑山(2404m) 曲岳(1642m)	秩父 大菩薩 浅間山 山梨	三窪高原(1650m)	大菩薩付
11月	乾徳山(2031m) 雲取山(2017m) 三頭山(1531m)	山梨 奥多摩 奥多摩	小檜山(1713m)	山梨	赤城山(1828m) 妙義山(1103m) 黒岳(1793m)	群馬 群馬 富士五湖			月居山(404m) 高柄山(733m) 陣馬山(857m)	茨城 上野原 高尾	大福山(292m)	千葉
12月	三国山(1102m) 南高尾山稜(364m) 三国山(1325m)	箱根 高尾 富士五湖	駒ヶ岳・神山(1357m) 思親山(1031m)	箱根 身延線沿	丸岳-長尾峠(1156m)	箱根	伊予ヶ岳・富山(337m)	千葉	三国山(1325m) 棒ノ嶺(969m)	富士五湖 奥多摩	三石山(282m) 明神が岳(1169m)	千葉 箱根

月	2011年		2012年		2013年		2014年		2015年		2016年	
1月	子の権現(640m) 大楠山(242m)	秩父 三浦半島	三浦富士(183m) 玄岳(798m)	三浦半島 熱海付近	岩戸山(734m)	伊豆箱根	白鳥山(568m) 鐘ヶ岳(561m) 嵯峨山(316m)	身延線 沿線 丹沢 千葉	吾妻山公園(137m)	湘南・ 二宮駅		
2月	倉見山(1256m) 大高取山(376m)	富士五湖 秩父	竜ヶ岳(1485m)	富士五湖	陣見山(531m)	秩父	能岳(543m) 高尾山(599m) 小仏峠(548m) 高塚山(216m)	上野原付 高尾 高尾 千葉	三浦海岸	三浦海岸		
3月	堂平山-笠山(876m)	秩父	長淵丘陵(赤ボツ (410m)	奥多摩			高鈴山(623m) 宇都宮アルプス(562m) 裏高尾 父不見山(1047m)	茨城 栃木 高尾 西上州	仙元山(290m)	秩父		
4月	松田山(586m)	丹沢					大ドツケ(1250m) 蜂城山(738m) 倉岳山(990m)	秩父 山梨 大月付近	渋沢丘陵(221m)	丹沢		
5月	不老山(928m)	丹沢	日光高山(1668m)	日光			鳴神山(980m) 鶴寝山(1369m) 大霧山(767m)	群馬・栃木 上野原付近 秩父	日光大山(1158m)	日光		
6月			不老山(928m)	丹沢	鎌倉アルプス	鎌倉			秋田駒ヶ岳(1637m)	秋田県		
7月	日の出山(902m)	奥多摩	陣馬山(857m)	高尾	雷電山(494m) 日の出山(902m)	青梅丘陵 奥多摩	霧ヶ峰(1925m)	長野 中央部	鹿俣山(1637m)	群馬北部		
8月	常念岳-蝶ヶ岳(2857) 乗鞍岳(3026m)	北ア	白馬山(2932m)	北ア	尾瀬(1400m)	尾瀬	日の出山(902m)	奥多摩	乗鞍岳(3026m)	北ア		
9月	花咲山(761m)	大月			ロックガーデン(929m)	御岳	尾瀬ヶ原-尾瀬 沼	尾瀬	日連金剛山(410m)	相模湖 付近		
10月	戦場ヶ原(1400m)	日光	鬼怒沼(2020m)	日光	高尾山(599m)	高尾	ハノラマ台(1085m)	富士五湖	子持山(1297m)	群馬		
11月	鶴寝山(1369m) 足和田山(1355m)	奥多摩 富士五湖	菊花山(644m)	大月付近	丹沢大山(1252m) 三頭山(1531m)	丹沢 奥多摩	金袋山(1325m) 三ノ塔(1205m)	奥多摩 丹沢	高尾山(599m)	東京		
12月	高通山(519m) 皇鈴山(679m)	伊豆 秩父	鼻曲山(1655m)	浅間山	湯坂道(802m) 足和田山(1355m) 甲州高尾山(1106m)	箱根 富士五湖 山梨	鼻曲山(1656)	浅間山	岩戸山(734m) 烏場山(267m)	熱海付近 千葉		

近